

**KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI
KETERLIBATAN DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Diajukan Oleh:

RIZKYA ANGKIN PERTIWI

F100120047

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

**KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI
KETERLIBATAN DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi**

Diajukan Oleh:

RIZKYA ANGKIN PERTIWI

F100120047

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

**KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI
KETERLIBATAN DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI**

Diajukan oleh :

RIZKYA ANGKIN PERTIWI

F 100 120 047

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji oleh:

Telah disetujui oleh :

Pembimbing,



Setia Asyanti S.Psi, M.Si
NIK. 915

Surakarta, 31 Januari 2017

**KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA DITINJAU DARI
KETERLIBATAN DALAM AKTIVITAS SEHARI-HARI**

Yang diajukan oleh:

RIZKYA ANGKIN PERTIWI

F100120047

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 31 Januari 2017

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

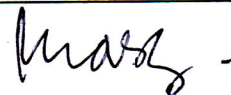
Penguji Utama

Setia Asyanti, S.Psi., M.Si, Psi



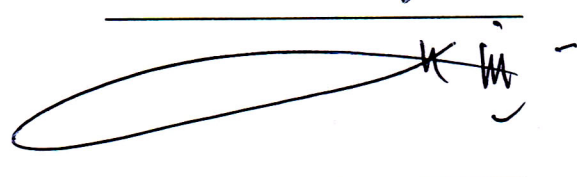
Penguji I

Usmi Karyani, S.Psi., M.Si



Penguji II

Santi Sulandari, S.Psi., M.Ger



Surakarta, Januari 2017

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Taufik, M.Si, Ph.D.

NIK. 799

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmanirohim

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rizkya Angkin Pertiwi

NIM : F100120047

Fakultas/Jurusan : Psikologi

Universitas : Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : KEBAHAGIAAN PADA LANJUT USIA DITINJAU
DARI KETERLIBATAN DALAM AKTIVITAS
SEHARI-HARI

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 28 Desember 2016

Yang menyatakan,



RIZKYA ANGKIN PERTIWI
F100120047

MOTTO

*“ Jika orang lain melihatmu berbeda yakinlah, engkau tidak terlihat berbeda
dihadapan ALLAH ”*

(Panji Ramdana)

*“ When everything seems to be so dark,
embrace it, You will be fine “*

(Isa Raja)

*“Life is all about how to control our minds, and how to make use of our limited
knowledge “*

(Akar ~ Dee Lestari)

“To be happy, you must first love yourself, and than happines comes from within“

(Raisa Andriana)

“ If you can't say something nice, don't say nothing it all “

(Thumper)

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT.

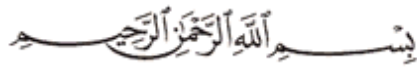
yang menganugerahkan seluruh rahmat dan kasih sayang-Nya.

Dengan segala kerendahan hati, cinta dan doa Skripsi ini penulis

persembahkan untuk :

- **Bapak dan Ibu** tersayang, yang senantiasa memberikan do'a, motivasi, memberi pengajaran tentang akhlaq dan nilai-nilai agama yang membuat penulis menjadi seperti sekarang serta segala sesuatu atas cinta dan kasih sayangnya yang tidak dapat penulis ungkapkan satu persatu.
- **Adik** tersayang, yang senantiasa memberikan dukungan dan do'a kepada penulis selama ini.
- Orang-orang yang telah mendukung dengan kasih sayang dan cinta dalam perjalanan hidup penulis. Terima Kasih untuk kebersamaan yang tulus selama ini.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah menganugerahkan segenap nikmat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini melibatkan banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu dengan segala hormat, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Taufik, M.Si., selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian bagi penulis.
2. Ibu Juliani Prasetyaningrum, M.Si., S.Psi, selaku pembimbing akademik yang telah memberikan arahan dalam proses pencapaian studi dalam perkuliahan
3. Ibu Setya Asianti S. Psi, M. Si., Psi, selaku pembimbing utama skripsi dan yang telah berkenan meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan ilmu serta sabar membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini. Pengalaman-pengalaman yang beliau ajarkan kepada penulis sangat berarti bagi penulis hingga penulis bisa seperti sekarang ini.
4. Seluruh Staff Pengajar dan Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan membantu kelancaran penyelesaian studi penulis.
5. Terimakasih buat sahabat-sahabat kuliah yang: Yani, Sasa, Aqila, Zain, dan Niza yang telah bersama semenjak awal kuliah. Dukungan, kesabaran, canda

tawa dan kasih sayang mereka memberi warna akan persahabatan dan pelajaran pertemanan yang indah.

6. Abang Nia yang selalu senantiasa menemani dan mendukung dalam pengerjaan skripsi ini. Wawan dan Robin yang telah menyelesaikan studi terlebih dulu yang secara disadari maupun tidak telah memberi motivasi.
7. Teman satu perjuangan dalam menyelesaikan skripsi bimbingan dari Ibu Setya Asyanti: Zain, Niza, Yasrin, Dwi, Bunga, Alifah, Baiq dan Rahma yang selalu membagi ilmu, waktu, memberikan dukungan dan bantuan dalam penulisan skripsi ini di saat bimbingan maupun diluar bimbingan.
8. Seluruh partisipan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dengan memberikan data penelitian. Serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan cinta dan kasih sayang kepada kita semua. Dengan segala kerendahan hati penulis mengatakan bahwa skripsi ini masih jauh dari sebuah kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik-Nya semata. Semoga karya ini bisa bermanfaat bagi orang lain. *Amin Ya Rabbal 'Alamin.*

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Surakarta, Desember 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	8
C. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Kebahagiaan	10
1. Pengertian Kebahagiaan	10
2. Aspek-aspek Kebahagiaan.....	12

3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan	15
B.	Aktivitas Sehari-hari.....	17
1.	Pengertian Aktivitas Sehari-hari	17
2.	Faktor-faktor yang mempengaruhi Aktivitas Sehari-hari	18
3.	<i>Instrumental Activities of Daily Living</i>	20
C.	Lanjut Usia	21
1.	Pengertian Lanjut Usia.....	21
2.	Batasan Lanjut Usia	22
3.	Kebutuhan Hidup Lanjut Usia	23
B.	Kebahagiaan Lansia Ditinjau Dari Aktivitas Sehari-hari	25
C.	Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN.....		30
A.	Identifikasi Variabel Penelitian	30
B.	Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
C.	Subjek Penelitian	31
1.	Populasi.....	31
2.	Sampel	32
D.	Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	32
E.	Validitas dan Reliabilitas.....	32
1.	Validitas	32
2.	Reliabilitas	33
F.	Analisis Data	34

BAB IV LAPORAN PENELITIAN	35
A. Persiapan Penelitaian.....	35
1. Orientasi Kancanah Tempat Penelitian	35
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data	36
3. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas.....	39
B. Pengumpulan Data	40
1. Penentuan Subjek Penelitian.....	40
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	41
3. Pelaksanaan Skoring Penelitian	41
C. Hasil Analisis	42
D. Pembahasan	49
BAB V PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kebahagiaan Lansia Ditinjau Dari Keterlibatan Dalam Aktivitas Sehari-hari	28
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Skala Aktivitas Sehari-hari Sebelum <i>Ekspert Judgement</i>	37
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala Kebahagiaan Sebelum <i>Ekspert Judgement</i>	38
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Aktivitas Sehari-hari Setelah <i>Ekspert Judgement</i>	39
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Kebahagiaan Setelah <i>Ekspert Judgement</i>	40
Tabel 5. Data Deskriptif	43
Tabel 6. Kategorisasi, Frekuensi, dan Prosentase Aktivitas Sehari-hari	47
Tabel 7. Kategorisasi, Frekuensi, dan Prosentase Kebahagiaan	47
Tabel 8. Uji Hipotesis Product Moment, Sumbangan Efektif dan Kategorisasi..	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil <i>Ekspert Judgement</i> Validitas.....	63
Lampiran 2. Hasil Uji Reliabilitas	67
Lampiran 3. Uji Asumsi.....	108
Lampiran 4. Korelasi <i>Product Moment</i>	114
Lampiran 5. Data Penelitian.....	116
Lampiran 6. Norma Kategorisasi	120
Lampiran 7. <i>Blue Print</i> Skala.....	125
Lampiran 8. Laporan FGD.....	135
Lampiran 9. Surat Penelitian & Setelah Penelitian.....	145
Lampiran 10. Surat Keterangan Penyerahan Bukti Fisik Penelitian.....	148
Lampiran 11. Surat Keterangan Analisis Data.....	150

Abstrak

Kebahagiaan merupakan kondisi tercapainya kebutuhan individu yang mampu menimbulkan perasaan positif pada diri sendiri. Kebahagiaan bersifat subjektif, meski demikian kebahagiaan tersebut akan terus dicari selama individu masih hidup termasuk individu yang telah masuk pada fase akhir hidupnya yakni lanjut usia (lansia). Tidak dipungkiri fakta menunjukkan bahwa setiap tahun lansia di Indonesia kian mengalami pertambahan. Dari tahun 2000 hingga tahun 2010 jumlah lansia bertambah sebanyak 4 juta jiwa. Hal tersebut menunjukkan bahwa usia harapan hidup lansia semakin tinggi yang artinya masalah yang terjadi pada lansia juga semakin bertambah. Masalah yang terjadi pada lansia antara lain seringnya melamun, meratapi hidupnya bahkan hingga depresi. Hal tersebut dapat terjadi karena seseorang yang telah memasuki masa lansia mengalami penurunan fungsi kognitif, fisik dan psikis serta tidak mampu memenuhi tugas perkembangannya. Untuk itu, terlibat dalam aktivitas sehari-hari dapat memberikan dampak positif bagi lansia sehingga kebahagiaan tetap dapat dirasakan oleh lansia.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kebahagiaan lansia ditinjau dari keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara kebahagiaan lanjut usia ditinjau dari keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Subjek penelitian ini menggunakan 100 orang lansia yang keseluruhannya tergabung dalam organisasi Ikatan Purnakaryawan Pendidikan dan Kebudayaan (IPPK) Ranting Kecamatan Karangmalang Kabupaten Sragen. Metode pengumpulan data menggunakan skala aktivitas sehari-hari dan skala kebahagiaan. Sedangkan metode pengambilan data menggunakan *convenience sampling*.

Hasil uji normalitas variabel aktivitas sehari-hari memperoleh *Kolmogorov-Smirnov Z* = 1,535, dengan signifikansi = 0,018 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa sebaran data tidak normal. Berdasarkan uji linier diperoleh nilai *F* pada *Deviation from Linierity* = 1,489 dan signifikansi (p) = 0,087; ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil perhitungan dengan *product moment* dari Spearman diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,605; signifikansi (p) = 0,000 ($p < 0,01$), artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kebahagiaan pada lansia dengan keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari. Sumbangan efektif antara variabel aktivitas sehari-hari terhadap kebahagiaan pada lansia sebesar 36,6%. Dari hasil penelitian ini juga diketahui bahwa aktivitas sehari-hari dan kebahagiaan pada lansia tergolong tinggi. Selain itu didapat pula bahwa sebagian lansia masih bekerja setelah mengalami pensiun dan juga seluruh subjek masih aktif berorganisasi dan setengahnya masih memiliki jabatan di organisasi maupun di masyarakat.

Kata Kunci : Kebahagiaan, Aktivitas sehari-hari, Lansia

ABSTRACT

Happiness is a condition to achieve the needs of the individual who is able to raise positive feelings in themselves. Happiness is subjective in nature, though it will continue to look for happiness as long as individuals are still alive including individuals who have entered the final phase of his life on is an elderly. Not denying the facts show that each year the elderly in Indonesia increasingly experiencing added. From 2000 to 2010 the number of elderly growing as many as 4 million people. It showed that age of elderly life expectancy the higher meaning problems that occur on the elderly is also growing. Problems that occur in the elderly, among others, often dreamy, lamenting her life even up to depression. This can occur because of a person who has entered a period of elderly decline cognitive function, physical and psychic as well as not being able to fulfill its development. To that end, engage in activities of daily living can provide a positive impact for the elderly so that happiness can still be felt by the elderly.

The purpose of this research is to know the happiness of the elderly in terms of involvement in activities of daily living. The hypothesis put forward is there is a positive relationship between happiness of the elderly after the terms of engagement in activities of daily living. The research method used was quantitative. The subject of this study using 100 elderly people who incorporated in Ikatan Purnakaryawan Pendidikan dan Kebudayaan (IPPK) Ranting Kecamatan Karangmalang Kabupaten Sragen.. Method of data collection using the scale of activities of daily living and the scale of happiness. While the methods of data retrieval using convenience sampling.

The results of a test of normality of activities of daily living variables obtain a Kolmogorov-Smirnov $Z = 1,535$, with the significance = 0,018 ($p < 0,05$), so that it can be concluded that the spread of data is abnormal, than the results of a test normality of happiness variables obtain Kolmogorov-Smirnov $Z = 1,269$ with the significance = 0,080 ($p > 0,05$), so it can be concluded that the spread of data is normal. Based on linear test retrieved the value of F at Deviation from Linearity = 1,489 and significance (p) = 0,087; ($p > 0,05$). Based on the results of the calculation with the product moment of Spearman correlation coefficient value obtained (r_{xy}) of 0,605; significance (p) = 0.000 ($p < 0.01$), it means there is a very significant positive relationship between happiness on the elderly with involvement in activities of daily living. Effective contribution between the involvement in activities of daily living variables of happiness on the elderly amounted to 36.6%. From the results of the study also noted that involvement in activities of daily living and happiness on the elderly belongs to high. In addition to come by anyway that most elderly are still working after retirement and also the whole subject is still actively organize and half of it still have a position in the organization and in the community.

Key words: happiness, activities of daily living, elderly